



Programa integral de  
CUALIFICACIÓN  
Y EMPLEO

**Cree  
enti.**

En tu ilusión,  
en tu capacidad de  
esfuerzo, en tus  
posibilidades.

## Monitor de Disciplinas Deportivas

**Fechas:** 29 mayo-30 junio

**Modalidad:** Presencial **Duración:** 125horas

**Lugar:** Calatayud – Se comunicará la dirección a los alumnos interesados

### Requisitos:

- Tener entre 16 y 29 años y estar inscrito en Garantía Juvenil y en el PICE.
- Estar interesados y capacitados para desarrollar la ocupación. Interés por el deporte.

### Objetivos:

- Mejorar la empleabilidad y conocer técnicas de búsqueda de empleo, desarrollo de entrevista de trabajo y proceso de selección.
- Conocimiento y aplicación de las bases teóricas y los ejercicios propios de las distintas disciplinas deportivas planteadas.
- Diseño, supervisión y adaptación de los entrenamientos en las distintas disciplinas deportivas a las personas. Elaboración de programas de entrenamiento.

## Índice de contenidos

### MÓDULO 1-FORMACIÓN PARA EL EMPLEO (65h.)

#### Habilidades personales 10h.

Auto-conciencia emocional. Auto-regulación. Auto-motivación. Empatía

#### Habilidades sociales 20h.

Habilidades sociales. Conductas sociales. Relaciones sociales. Cultura de empresa: competencias clave en la empresa de hoy.

#### Habilidades para la empleabilidad 35h.

CV y carta de presentación. Entrevista personal. Proceso de selección. Empleo 2.0.

Marca personal. Programas informáticos aplicados a la empleabilidad.

### MÓDULO 2 – MONITOR DE DISCIPLINAS DEPORTIVAS (60h.)

#### 1.- Bloque común a las disciplinas deportivas: 10 horas

#### 2.-Aeróbic y Step: 20 horas

#### 3.-Gimnasia de mantenimiento: 10 horas

#### 4.-Pilates: 20 horas

### Ocupaciones o puestos relacionados a los que podrá acceder con la formación:

- Monitor en actividades deportivas locales.
- Monitor en actividades deportivas comarcales
- Monitor en horario extraescolar de actividades deportivas
- Dinamizador entrenador de las distintas disciplinas deportivas que se trabajarán

### Metodología y Evaluación

La metodología es práctica y participativa, trabajaremos orientados a la realización de ejercicios prácticos, generando en sesiones puntuales el desarrollo de la formación en espacios de trabajo reales en los que los/as alumnos/as puedan conocer el desempeño desde la práctica real.

La entrega del certificado de participación será condicionado a la asistencia del alumno que deberá asistir a mínimo el 75% de la formación.

Cofinanciado por:



**Cámara**  
Zaragoza



Programa integral de  
CUALIFICACIÓN  
Y EMPLEO

**Cree  
enti.**

En tu ilusión,  
en tu capacidad de  
esfuerzo, en tus  
posibilidades.

## CALENDARIO

### MÓDULO 1: Empleabilidad (65h.) 29 mayo 14 junio

Horario: Lunes a viernes 09.30h. a 14.30 h.

Lugar: Calatayud

#### Fechas:

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
29 mayo	30 mayo	31 mayo	1 junio	2 junio
5 junio	6 junio	7 junio	8 junio	9 junio
12 junio	13 junio	14 junio		

### MÓDULO 2: Monitor de disciplinas deportivas(60h.) 15 junio-30 junio

Horario: Lunes a viernes de 9:30 a 14:30

Lugar: Calatayud

#### Fechas:

lunes	martes	miércoles	jueves	viernes
			15 junio	16 junio
19 junio	20 junio	21 junio	22 junio	23 junio
26 junio	27 junio	28 junio	29 junio	30 junio

Cofinanciado por:



**Cámara**  
Zaragoza